

調理実習 61 題材

※QRコンテンツのみの題材も含む。
※ は献立調理。

基礎技能



具だくさんみそ汁

野菜・いも



肉じゃが



青菜のごまあえ



野菜と春雨のスープ



とん汁



ポテトサラダ



蒸し野菜サラダ



野菜の焼き浸し



ハッシュドポテト



れんごんのきんぴら



青菜と卵のいためもの

肉



切干しだいこんの煮物



キャベツのレンジ蒸し



ぶた肉のしょうが焼き



こまつなの変り浸し



キャベツと油揚げのみそ汁



ハンバーグ



ブロッコリーのツナマヨソース



ミネストローネスープ



ホワイトシチュー



ぶた肉と野菜の重ね蒸し



チキンソテー

魚



スパゲッティミートソース



焼きぎょうざ



チンジャオロース



蒸しどりのごまだれ



さけのムニエル



ラタトゥイユ



コーンクリームスープ



さばのみそ煮



きゅうりとわかめの酢の物



かきたま汁



いわしのかば焼き丼



魚の鍋照り焼き

朝食・弁当



さけのホイルちゃんちゃん焼き



いわしのつみれ汁



簡単アクアパッツァ



たらごの塩蒸しごまだれかけ



魚の煮付け



ちぎりキャベツとツナのごまゆいいため



オープンオムレツ



だし巻き卵

和食



いりどり(がめ煮、筑前煮)

サステナブル



ドライカレー



昆布とかつお節のソフトふりかけ



いっしょ煮込みのトマトペンネ

幼児のおやつ



ミニおにぎり



マカロニきな粉



カレービーフン



ヒラヤーチー



野菜の蒸しパン



フルーツ寒天



かぼちゃの茶巾、さつまいもの茶巾



スティック大学いも



米粉のどら焼き



角切り野菜のクリームスープ



いももち



おやき



やせうま



ピザトースト



ミニお好み焼き

学校や生徒の実態に合わせて選べるように、題材例を増やしました。



- 基礎技能 教 p.73
- 野菜・いも 教 p.76-79
- 肉 教 p.82-87
- 魚 教 p.90-95
- 朝食・弁当 教 p.96-97
- 和食 教 p.101
- サステナブル 教 p.108-109
- 幼児のおやつ 教 p.234-235

布を用いた 製作 36 題材

※QRコンテンツのみの題材も含む。

基本題材



ミニトートバッグ



ミニトートバッグ(まちなし)



タブレット用マイバッグ



リバーシブルバッグ



手ぬぐいのエコバッグ(丸、角)



防災リュック



蓋、まち付き防災リュック



まち、ポケット付き防災リュック



小物用巾着袋



ブックカバー



ハード用ブックカバー

簡単な小物



ハーフパンツ



ハーフパンツ(ポケット付き)



ティッシュボックスカバー



ポケットティッシュケース



あずま袋



ファスナーポーチ



マスクケース



布マスク



エプロン



キャラメルポーチ



テトラポーチ

リフォーム・リメイク



ウォールポケット



ハーフパンツ



ティッシュカバー



エプロン(オーバーオール)



デニムバッグ



半袖シャツ



エプロン(ワイシャツ)



ペットボトルカバー



衣服入れ

幼児のおもちゃ



カラフル魚



組み合わせ布絵本



フェルト名札

- 基本題材 教 p.152-157
- 簡単な小物 教 p.158-159
- リフォーム・リメイク 教 p.160
- 幼児のおもちゃ 教 p.161

QRコンテンツでも作り方が見られるよ。家庭でも実践しやすいね。



QRコンテンツハンバーグ



QRコンテンツミニトートバッグ

